吃饭简史

哇！历史原来是这样

狐狸家 编著

中信出版集团

版权信息

书名:哇！历史原来是这样.吃饭简史

作者:狐狸家

ISBN:9787521703368

中信出版集团制作发行

版权所有•侵权必究

哇！历史原来是这样.吃饭简史

我们每天都要吃饭，可是，你知道吗，远古时代，原始人过着茹毛饮血的生活，吃生肉，常常闹得肚子疼。

后来啊，人们学会了使用火，并渐渐有了调料，还学会了建造厨房。

烹饪方法越来越丰富——烹、炸、煮、炒、烤、焖、炖……

民以食为天，中国人对“吃”这件事有着无穷无尽的智慧。

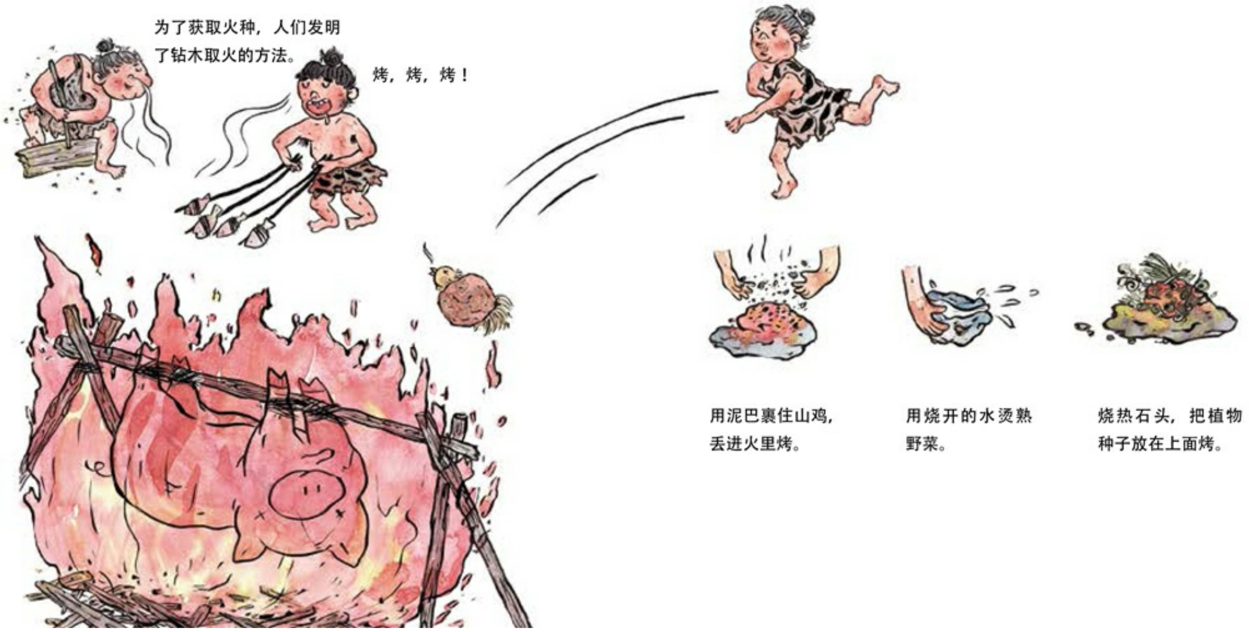
今天，网上商城、外卖的诞生，让吃饭变得更加便利和快捷。

哇，历史原来是这样啊！宝宝洗干净小手，快来坐好，开饭啦！

火！火！火！着火了！

在遥远的远古时代，原始人在森林火灾过后，偶然发现烤熟的食物更加美味。在那以前，人们都是吃生肉和生野菜的，生的东西味道不好，人吃了还会经常拉肚子。

有了火就不一样了。把食物放在火上烤，会散发出诱人的香味，吃到肚子里也更容易消化。同时，火焰的高温可以消灭大量病菌，人们吃上了洁净的食物，身体越来越棒。



开饭啦！今天吃什么？

但是渐渐地，人们觉得食物的味道怎么好像都是一个样儿。

怎样才能让食物变得更美味呢？

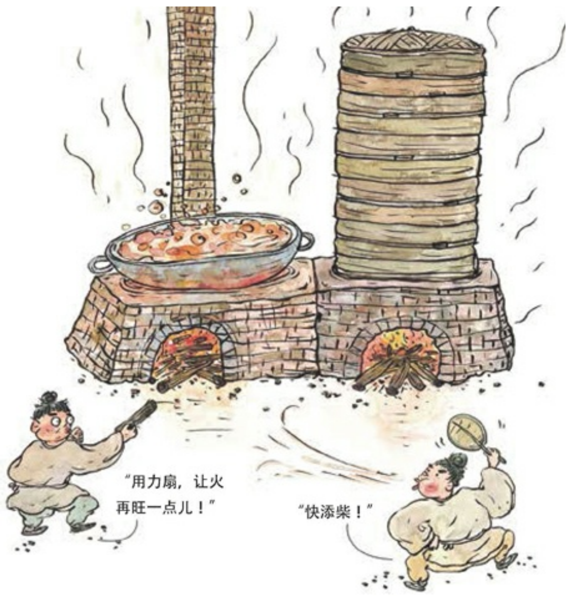
人们想了很多办法，于是，各种各样的调料出现了——甜的、酸的、辣的、麻的、咸的……

可是，想吃顿好饭并不容易。

挖个坑，点上火，把锅放在地坑上方。

咳咳咳，呛死人啦，冒出这么多的烟！

别急，别急，安个烟囱就好了！



人们开始建造专门用来生火做饭的厨房。

用砖石砌个灶，立起烟囱，灶膛里面烧柴火。

咕嘟咕嘟，锅里的食物煮熟啦！

渐渐地，在大户人家，做菜的方法越来越多样——煮、蒸、炖、烤、焖、炒、煎、炸……饭菜变得越来越丰盛。

看呀，今天王员外家请客，后厨忙翻天啦！

开饭啦，客人到齐了没有？

古代的宴席也是很讲究的，吃饭、喝酒都有专门的器具。

zhù
箸：中国人发明的进食工具，也叫筷子。你知道吗，中国人用筷子吃饭至少已有 3000 年的历史了。

碗：常见的盛食物的器皿。

案：端食物用的有脚的木托盘。成语“举案齐眉”说的是端饭时把木托盘举得跟眉毛一样高，是向吃饭的人表示尊敬的意思。

豆：用来盛肉或其他食物的器具，样子有点儿像现在的高脚杯。

zūn
樽：用来盛酒的器具，中间镂空，可以点火把里面的酒加热。

别小看吃饭这件每天都做的事，其中有很多规矩呢！

坐要有坐相，吃要有吃相。此外，还有很多跟吃饭有关的民俗和礼仪。

吃饭时要端起碗，用大拇指扶
住碗沿，其余手指托住碗底。

咀嚼食物和喝汤
的时候，不能发
出声音。

晚辈要主动给长辈添饭、夹菜。

吃完饭后不能把筷子放在碗上，
应整齐码放在碗的右边。

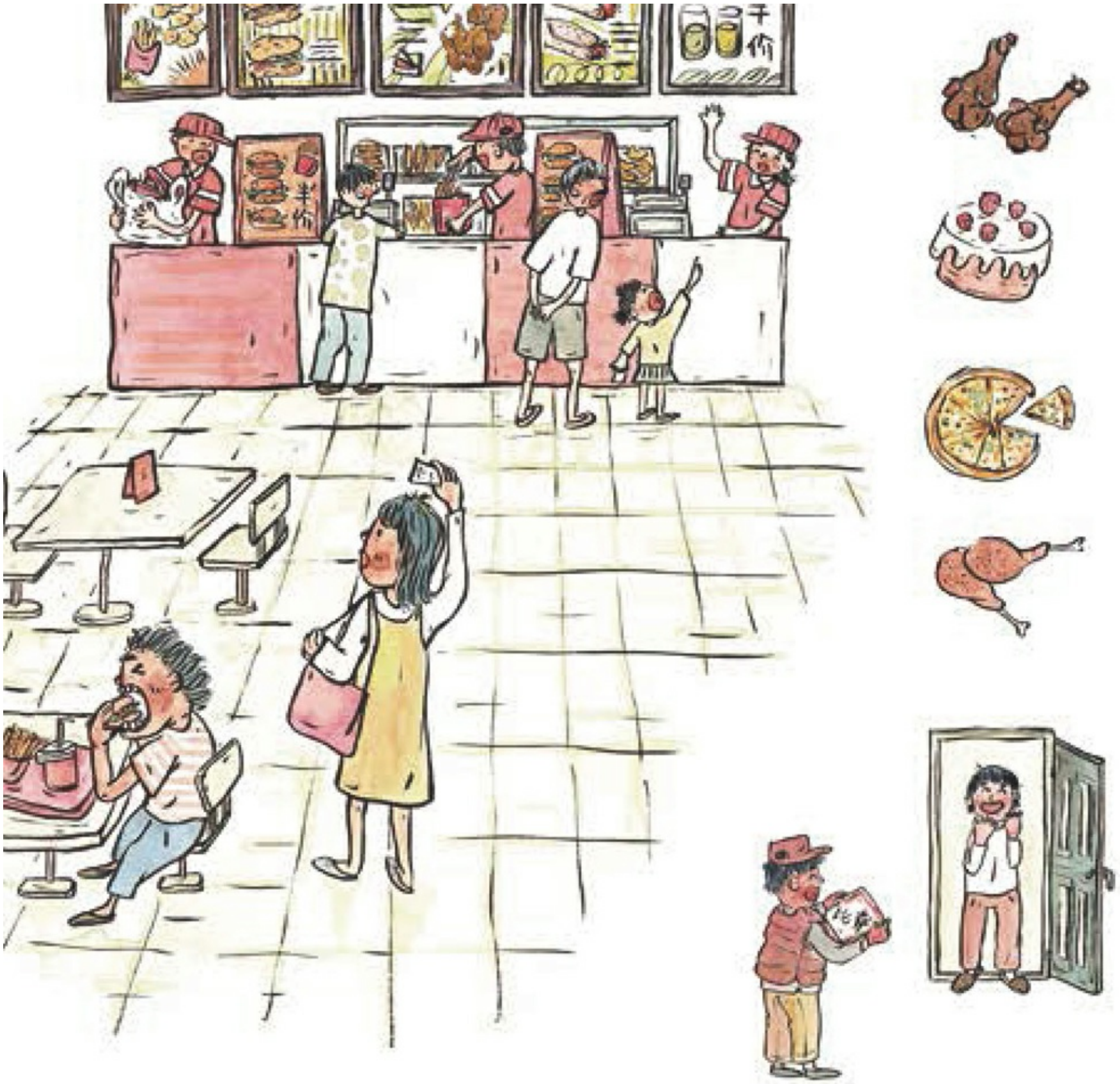
富贵人家吃饭前要奏乐敲钟，仆人用华丽
的器皿来盛饭菜。

每年春节前，北方在腊月二十三、南方在腊月二十四要在厨房祭拜灶神。

人们并不只是在家里吃饭，有时候也会去集市上逛一逛，在馆子里撮一顿过过瘾。

包子铺，饼摊儿，香饮子店（古代的饮品店），茶馆，酒肆……哇，真是让人眼花缭乱！

“吃不下了，吃不下了，再吃肚皮就要撑破了！”



今天，食物的种类越来越丰富，吃饭也越来越便利。

人们可以随时随地吃饭，还可以在超市和网上商城买到世界各地的美食。

人们越来越忙碌，快餐店也越来越多。

人们只需在手机上按一按，就会有人把外卖送上家门。

当然了，在家吃饭更卫生，全家人在一起最温馨。

“我全都吃光光啦！”

吃饭简史